

GUÍA TENGO UN VOLCÁN

EL CUENTO PARA SABER QUÉ HACER CON
LA RABIA



TENGO UN VOLCÁN, el cuento

Tengo un volcán es un cuento escrito por **Miriam Tirado**, escritora y consultora de crianza consciente, e ilustrado por **Joan Turu**.

 ¿Buscas más información sobre los autores?

Los dos autores tienen una colección de cuentos sobre temas de crianza y gestión de las emociones en familia.

 ¿Conoces la colección Calita? ¿Sabrías decir algunos de sus títulos?

Tengo un volcán explora la emoción de la **rabia** y la **gestión de las rabietas** por parte de su protagonista y su familia.

Alba no lo sabía, pero dentro tiene un volcán, más o menos entre el ombligo y las costillas. A veces, el volcán se enciende y explota. Entonces el fuego lo quema todo y Alba sufre y se asusta a la vez. Pero una noche, un hada pequeñita le susurra al oído qué puede hacer cuando se enfada tanto, y ese truco le hará descubrir sensaciones inesperadas.

¿Conoces al hada de los volcanes?



Algunas indicaciones para trabajar la rabia

Es importante que, como acompañantes, comprendamos y seamos conscientes de que **no todas las personas gestionamos, sentimos o vivimos las emociones de la misma manera**. Eso quiere decir que algunos niños y niñas conectarán muy bien con este recurso y esta metáfora y, por tanto, les será muy útil como herramienta, pero a otros no.

No debemos presionar ni obligar a los niños y niñas que no conecten con esta herramienta. Seamos proactivos, tengamos iniciativa e imaginación y busquemos otros recursos que puedan acompañarlos desde la serenidad y la comodidad. Que las personas seamos diferentes supone una riqueza incalculable, no les cortemos las alas.

Estas son solo algunas propuestas para poner en práctica como herramientas pedagógicas con el fin de trabajar el cuento. Dejad volar la imaginación y no temáis proponer otras actividades en relación con esta historia tan bonita.

Sed los mejores referentes. Si vosotros practicáis lo que estáis transmitiendo a los niños y niñas y creéis en esta idea, todo fluirá de una manera mucho más mágica y óptima.

No debemos invalidar ninguna emoción ni hablar jamás de emociones negativas, sino de emociones que en este caso nos generan dolor y que pueden generar dolor a los demás. Por eso, **ofrecemos herramientas para gestionarlas y entenderlas**, pero son válidas y las iremos sintiendo a lo largo de la vida.



1. ¿DÓNDE ESTÁ NUESTRO VOLCÁN?

EDAD: a partir de 4 años.

DURACIÓN: 20 min aprox.

MATERIAL: el cuento *Tengo un volcán*

Identificación de dónde podemos tener un volcán dentro del cuerpo. Sentir las emociones es muy importante, y dejarlas transitar mientras ponemos atención en ellas también. Por eso, conviene que entendamos en qué parte del cuerpo puede nacer el volcán.

Centrándonos en las primeras páginas del libro, nos pondremos todos y todas en círculo e identificaremos en qué parte del cuerpo podemos sentir el volcán, más o menos entre el ombligo y las costillas, y les preguntaremos si han sentido o pensado alguna vez que en ese espacio de su cuerpo pueda haber un volcán u otros elementos.

No les daremos más información; nos limitaremos a **escuchar sus reflexiones**, porque el cuento ya acompaña a la actividad.



2. ¡CUANDO EL VOLCÁN SE ENCIENDE!

EDAD: a partir de 4 años.

DURACIÓN: 30 min aprox.

MATERIAL: el cuento *Tengo un volcán*

¿Qué puede pasar si nuestro volcán echa fuego?

Cuando llegemos a la parte del cuento que narra que en algunas ocasiones el volcán de Alba echa fuego, pondremos en escena todo lo que podemos sentir o hacer de manera física cuando se nos enciende el volcán.

Nos pondremos por parejas, en círculo o separados por el espacio, dependiendo del grupo. Todos los niños y niñas harán a la vez, a través de la teatralización, lo que puede ocurrirnos si tenemos un volcán que echa fuego dentro del cuerpo.

Algunos gritarán, otros saltarán, correrán o se enfadarán...

No debemos coartar ninguna de las acciones que puedan surgir. Todas son válidas, siempre que no puedan ser peligrosas para la misma persona o para el grupo.

Al acabar, les **preguntaremos si a veces también se les enciende el volcán y si se enfadan por algún motivo.** Dejaremos que hablen y los escucharemos sin emitir juicios. Acompañaremos sus experiencias y reflexiones.



3. SOY EL HADA DEL VOLCÁN

EDAD: a partir de 5 años.

DURACIÓN: 60 min aprox. Se recomienda dividirla en dos sesiones.

MATERIAL: el cuento *Tengo un volcán*, plantilla del hada, material para plastificar y material para pintar.

En esta propuesta **presentaremos al hada de los volcanes**, que nos acompañará durante todo el curso escolar en nuestra aula.

Es posible realizar la actividad de diversas maneras.

Puede haber **un hada para cada niño y niña**, o algunas **hadas para toda la clase**. Si podéis y tenéis los recursos necesarios, intentad que cada niño y niña tenga su propia hada, ya que de esa manera reforzaremos el sentimiento de pertenencia y de identidad hacia ella.

Al final de la guía encontraréis un hada que cada persona podrá pintar y decorar a su gusto. Podéis plastificarla y pegarla en un palo para asegurarnos de que no se estropea enseguida

Podéis **dibujar un volcán y colgarlo en algún espacio del aula**, y meter dentro todas las hadas de los niños y niñas, en un espacio accesible donde cada uno pueda llegar a cogerla cuando la necesite, o bien poner todas las hadas con los nombres de los niños y niñas en un recipiente, o incluso cada niño y niña puede llevar la suya dentro de la mochila, de modo que el aprendizaje y la herramienta se transfiera al entorno familiar.





El objetivo de la propuesta es que **cada vez que algún niño o niña sienta que su volcán está a punto de explotar, pueda coger su hada y respirar**, tal como indica el hada en el cuento.

Para hacerlo, en primer lugar tendremos que practicar de manera conjunta. Lo haremos primero en círculo y después por parejas.

Expondremos de manera distendida diferentes situaciones en las que se nos puede encender el volcán (los mismos niños y niñas pueden ser quienes las expongan) y practicaremos la técnica del hada para aliviar esa rabia: tomaremos aire por la nariz y lo sacaremos por la boca poco a poco, muchas veces.

Una vez que lo hayamos hecho en círculo, lo repetiremos por parejas, poniendo las manos en la barriga del compañero o compañera para ver y notar cómo se hincha cada vez que respiramos.

Ahora que ya sabemos cómo funciona, les diremos que **tienen permiso para coger sus hadas cuando sientan que se les enciende el volcán y que pueden respirar tranquilamente para aliviar la emoción.**



4. EL MURAL DE NUESTRO VOLCÁN

EDAD: a partir de 5 años.

DURACIÓN: 40 min aprox. Dos sesiones: Preparación de la dinámica y después, un rato cada vez que se genere una situación en la que el volcán se enciende.

MATERIAL: el cuento *Tengo un volcán*, papel de embalar, folios y material para dibujar y pintar.

Como estaremos en una etapa en la que no necesariamente habrán adquirido la lectoescritura, **crearemos un mural para el aula** con diferentes ilustraciones o dibujos que representen algunos de los **momentos en los que los niños y niñas han sentido que se les encendía el volcán** durante las horas lectivas.

Cuando peguemos un nuevo dibujo, les contaremos cuál ha sido la situación y abriremos un **espacio de debate** para saber si alguna vez les ha pasado lo mismo.

De ese modo, siempre tendrán un espacio de refleje de manera natural el hecho de que el volcán se les encienda, y así **podrán sentirse identificados con lo que les ocurre y normalizar la situación.**



5. HADAS Y VOLCANES

EDAD: a partir de 4 años.

DURACIÓN: 20 min aprox.

MATERIAL: no se necesita material.

Dividiremos el grupo en dos subgrupos. Un grupo serán los volcanes y el otro serán las hadas.

¡Empieza el juego! **Las hadas tendrán que conseguir atrapar a los volcanes.** Cuando lo consigan, **los volcanes se convertirán en hadas y continuarán el juego, atrapando a los volcanes.**

El objetivo es que **todos los volcanes del grupo acaben convertidos en hadas.**

Cuando todos los niños y niñas sean hadas nos sentaremos en el suelo en círculo, en una posición cómoda, y respiraremos lentamente cogiendo aire por la nariz y sacándolo por la boca.





CARAMBUCO EDICIONES
TENGO UN VOLCÁN

Miriam Tirado y Joan Turu
www.miriamtirado.com

Guía: Anna Mas
Traducción: Ana Mata Buil

www.carambucoediciones.com



@carambucoediciones

